

# JORNADA SOBRE BIENESTAR CORPORATIVO

¿CONVIVIR CON **ESTRÉS** ES POSIBLE?

18 de noviembre de 10h a 12h.



Sport Values  
Academy



FUNDACIÓN  
**Real Madrid**



**Fraternidad**  
Muprespa



Instituto Internacional de  
**Salud y Hábitos  
Saludables**

## PROGRAMA JORNADA SOBRE BIENESTAR CORPORATIVO:

### ¿CONVIVIR CON ESTRÉS ES POSIBLE?

**DÍA 18 DE NOVIEMBRE DE 10.00 A 12.00 EN INSTALACIONES REAL MADRID (VALDEBEBAS) FUNDACIÓN REAL MADRID SPORT VALUES ACADEMY.**

#### 10:00h INAUGURACIÓN

- Gema Ortega: **Directora de formación de la Fundación Real Madrid**
- Sonia Fernández-Durán: **Presidenta del Instituto Internacional de Salud y Hábitos Saludables**

#### 10:15h DIÁLOGO 1: ENFOCANDO Y ENTRENANDO

- Natalia Fdez. Laviada: Subdirectora General de Prevención, Calidad y Comunicación de la mutua colaboradora con la seguridad social **Fraternidad Muprespa** con la minicharla "*Salud física y mental en tiempos difíciles*"
- Dr. Juan José Muñoz Benito: **Responsable de los Servicios Médicos de la Real federación Española de Balonmano** y **vicepresidente de AESPLA** con la minicharla "*Hábitos saludables, deporte y trabajo*".
- Gema Ortega: **Directora de formación de La Fundación Real Madrid** con la minicharla de "Sport Values Academy: *Entrenando en valores saludables*".

#### 11:00h DIÁLOGO 2: SOLUCIONANDO Y TIRANDO A GOL.

- Dr. David Baulenas: **Director General Asistencial, Calidad e Innovación Grupo Vithas Sanidad** con la minicharla "*Transformación y adecuación de los profesionales al Cliente/paciente*".
- Dra. Laura Lencina: **Sub-directora del Plan Empresas Medicina del Sueño Doctor Albares TEKNON BCN** con la minicharla "*El sueño como elemento de gestión del estrés y rendimiento deportivo y laboral*"
- Dr. Nicolás Achkar Tuglaman: **Director de Telemedicina Clínica de ATRYS Health** con la minicharla "*Innovación en el Deporte a través de la Telemedicina*"

**11:45h Coffee break y posterior visita guiada a las instalaciones del Real Madrid.**